

琴童妈妈于佳岚

□近墨

琴童，听到这个词映入脑海的第一个画面通常是一个哭天喊地苦不堪言的孩子，再一眨眼看到的可能就是一个拿着小棍大呼小叫气得鼻子都要歪了的妈妈。于佳岚就是一个陪伴孩子练琴将近十年的妈妈，这种画面也曾经在她家出现过。据于佳岚讲，陪伴她孩子学琴的日子总体还是美好的，看着孩子一天天地长大，琴技越来越有进步，取得的成绩日渐丰富，自己的心里是充满着幸福和满足。

于佳岚家里的儿子叫特特，三岁半开始学习钢琴，十岁考上中央音乐学院附小。孩子漫长的学习过程也充满了对家长的煎熬和考验，在这些年的练琴时光里，唯一一次气到动手打孩子应该是在2020年大年初一。因为疫情，钢琴老师被困在国外迟迟回不来，而四月初的附小招生考试近在咫尺，天性顽皮的孩子却跟没事人似的，还在开心过大年，天天跟着院里的小伙伴们疯跑疯玩，没有时间练琴，即便坐在琴前，也是心猿意马，根本就没有注意考试时间的临近。心急如焚的于佳岚一时没能控制好自己焦虑的情绪，第一次动手打了孩子，特特哭着喊着不再弹琴了，像是受了极大的委屈。事后于佳岚对自己的不冷静举动深感自责，在陪伴孩子成长的同时，自己也在逐步成熟，对于孩子的学习和家庭生活也开始存有诸多反思，并开始体悟幸福的本质以及生命的意义。

于佳岚经过长时间的思考，结合孩子学习的经历，总结培养孩子内驱力的关键性。内驱力是指在需要的基础上产生的一种内部唤醒状态或紧张状态，表现为推动有机体活动以达到满足需要的内部动力。其实我们每一位家长也在有意识无意识地培养孩子的自律性，但目的性和执行力都不够。之后的日子，于佳岚还以

召开家庭会议的形式探讨了亲子关系，帮助孩子建立内驱力的信心，以此提高孩子学琴的兴趣和专注力。结合了以往的经验，于佳岚明确了自己在今后的陪伴学习中的两点要求，一是摆正心态、不忘初心；二是建立与孩子的互信关系。

摆正心态，不忘初心

让自己孩子从小学习音乐的大部分家长，初心大概都是陶冶情操、培养业余爱好，于佳岚也是一样的。机缘巧合，特特在学习音乐的道路上碰上了一个专业能力极好的老师，是这位老师帮助孩子打开了他内心的音乐大门。特特对音乐的兴趣在老师的带领下逐渐变成了发自内心的热爱，记得有一次，于佳岚与小特特聊天，孩子曾认真地跟妈妈说过，好多时候都觉得弹琴很累，特别想休息，但从来没有不想继续弹琴，他觉得特别享受弹琴的过程。于佳岚回想起孩子说的这些话，就后悔孩子被考试、升学、比赛搅乱了享受学琴过程中的快乐情绪。在接下来学琴的日子里，于佳岚不再因为孩子的各种“成绩”而影响学琴的节奏，更多关注的是孩子学习中的收获。

在第一次考中央音乐学院附小的时候，特特没有专业指导的老师，三个月闭门造车式的备考，不出所料以失败告终。考试结果并没有让于佳岚感到意外，也并没有影响到家庭正常的暑期旅游计划。特别在旅游途中，为自己的失败深感自责，发誓要好好学琴练琴，一定要考上附小，还没有结束旅行，孩子就一直嚷嚷着回家弹琴。这个暑假旅行给了于佳岚很大的触动，她为自己心态的改变而庆幸，不给孩子压力，守

住初心，用爱关注孩子的成长，必有幸福的收获。

建立与孩子的互信关系

通常大部分家长在自己的成长过程中一定有很多失败的教训，于是会跟孩子说一些要听话、要懂事的话。家长生怕孩子吃亏、受挫，总是希望将成人的经验毫无保留地传递给孩子们。

于佳岚为了照顾家庭，她把自己的工作辞掉，一心一意地培养孩子。他与孩子的日常交流很多，以前总会把她所知道的一切经验告诉特特，天真地相信孩子会无条件地全盘接收，以便少走弯路。但事实往往大相径庭，特特不但不听，还要变本加厉地反问许多问题。很多时候出现了不同的观点和意见，甚至还会影响亲子关系。于佳岚也发现了这种无力的说教着实打动不了现在的孩子们。在如何建立与孩子互信的关系上，于佳岚也做了许多功课，一方面，在书店里买了心理学的书籍开始自学，并付诸实践。同时，努力做到与孩子共情，以及事前、事后善意的提醒往往是与孩子建立互信的通道。之后，于佳岚开始减少与孩子聊天谈心，而是等着孩子给她讲故事、诉苦等。时间一久，她成了孩子的知心好朋友，孩子有什么话都

与于佳岚沟通。

以上都做好了，于佳岚开始有意识地引导孩子制定计划。每年元旦这一天，她和孩子分别都会列出自己的新年计划，并回顾上一年里自己的计划清单。从制定计划到学会拆分计划再到学会把计划落实到每一天，这是一个漫长的过程。其实是希望孩子自律，学会时间管理。在这个过程中孩子会慢慢思考“我该怎么做会更好”，还会思考一个计划，一个目标是否可执行，怎么细化才可控。孩子会自然而然去计划一天中重要工作有哪些？一周内重要工作有什么？下个月有哪些考试？又该做什么准备？

现在孩子练琴的压力越来越大，每天不但要练琴，还需要花大量时间听音乐，完成文化课的学习，他也十分清楚自己每天必须要完成哪些作业。而于佳岚的必修课就是帮助孩子合理地安排一些娱乐运动项目，让孩子身心健康。

有一本书《你就是孩子最好的玩具》，书中说：“孩子从体验中学习。他们就像尚且湿软的水泥，所听到的每字每句都会在他们身上留下印记。”于佳岚相信自己能够做好妈妈的角色，认真地去帮助、关爱、守护好孩子。

